

poniedziałek 20.11

śniadanie: zupa mleczna; tost pełnoziarnisty z serem mozzarella, sos pomidorowy; warzywa do chrupania; herbata z cytryną (1, 3, 7)

zupa: żurek (1, 7, 9)

drugie danie: kotlet mielony; ryż; fasolka szparagowa (1, 3, 7)

drugie danie wegetariańskie: placki z tartej cukinii i marchewki; fasolka szparagowa (1, 3, 7)

deser: owoc

napój: sok; woda mineralna

podwieczorek: serek waniliowy ; chrupki kukurydziane czekoladowe Sante (7)

wtorek 21.11

śniadanie: owsianka na mleku z bananami; kanapka z 1/2 bułki grahamki sałatą, serem żółtym i papryką; marchewka do chrupania; herbata owocowa (1, 7)

zupa: krem z dyni (9)

drugie danie: kotlet schabowy; ziemniaki; surówka z białej kapusty z marchewką (1, 3, 10)

drugie danie wegetariańskie: racuchy z gotowanych ziemniaków z duszonymi warzywami; surówka z białej kapusty z marchewką (1, 3, 10)

deser: jogurt owocowy (7)

napój: sok; woda mineralna

podwieczorek: Granola baton owsiany z czekoladą; sok

środa 22.11

śniadanie: kasza manna na mleku; chałka z konfiturą owocową ; herbata z cytryną (1, 7)

zupa: warzywna zaprawiana pomidorami (9)

drugie danie: makaron z sosem bolognese; surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem (1, 3)

drugie danie wegetariańskie: surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem; makaron z sosem z pomidorów pelati z ziołami (1, 3, 9)

deser: kisiel

napój: kompot wieloowocowy; woda mineralna

podwieczorek: winogrona; herbatniki maślane

czwartek 23.11

śniadanie: parówka z wody, sos pomidorowy; kanapka z pieczywa razowego z masłem, ogórek, papryka; warzywa do chrupania; herbata z cytryną; kakao (1, 7, 10)

zupa: zacierkowa (1, 3, 9)

drugie danie: udzik z kurczaka z rozmarynem; ziemniaki; surówka z tartych buraczków z jabłkiem

drugie danie wegetariańskie: tortilla z warzywami i falafelem; surówka z tartych buraczków z jabłkiem (1, 7)

deser: ciasto domowe (1, 3, 7)

napój: sok; woda mineralna

podwieczorek: mus owocowy; biszkopty

piątek 24.11

śniadanie: jajecznica na maśle; kanapka z 1/2 bułki pszennej z masłem; warzywa do chrupania; herbata z cytryną (1, 7)

zupa: ogórkowa (7, 9)

drugie danie: naleśniki z białym serem, z jogurtem; sałatka owocowa (1, 3, 7)

drugie danie wegetariańskie: naleśniki z białym serem, z jogurtem; sałatka owocowa (1, 3, 7)

deser: galaretki

napój: napój z zielonej herbaty i cytrusów; woda mineralna

podwieczorek: snacki kukurydziane Sante; sok